

## رابطه میان بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی در همسران جانبازان شهر اهواز

پروین احتشام زاده\*

بهنام مکوندی\*\*

اشرف باقری\*\*\*

### چکیده

هدف از پژوهش بررسی رابطه بین بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی میان همسران جانبازان شهر اهواز بود. نمونه شامل ۳۰۰ نفر زن از همسران جانبازان بودند که به روش نمونه گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه سنجش بخشش در خانواده، مقیاس کمال گرایی اهواز و پرسشنامه رضایت زناشویی. این پژوهش از نوع همبستگی بود. نتایج تحلیل همبستگی پیرسون نشان داد که میان بخشودگی و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی دار ( $r = 0/523$ ) وجود دارد. همچنین میان کمال گرایی و رضایت زناشویی رابطه منفی معنی دار ( $r = 0/278$ ) به دست آمد. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد که بین بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی رابطه چندگانه وجود دارد. سطح معنی داری فرضیه‌ها در تحقیق حاضر  $P = 0/05$  در نظر گرفته شد.

کلید واژگان: بخشودگی، کمال گرایی و رضایت زناشویی.

### مقدمه

خانواده را موسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل های سالم و سازنده میان انسان ها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. رضایت یک فرد از زندگی زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه تسهیل در امر

\* عضو هیأت علمی گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

\*\* عضو هیأت علمی گروه روان شناسی واحد علوم و تحقیقات خوزستان دانشگاه آزاد

\*\*\* دانشجو کارشناسی ارشد روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

این مقاله برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد خانم اشرف باقری در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز می باشد.

رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه خواهد شد (عدالتی و ردزوان، ۲۰۱۰).  
کاپلان و مادوکس<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) بیان می کنند که رضایت زناشویی یک تجربه شخصی در ازدواج است که تنها توسط خود فرد در پاسخ به میزان لذت رابطه زناشویی قابل ارزیابی است. آنها باور دارند که رضایت زناشویی به انتظارات افراد بستگی دارد.

در روابط زناشویی عوامل متعددی باعث رضایت همسران از یکدیگر می شود. بخشودگی یکی از مهمترین عوامل مؤثر در رضایت زناشویی<sup>۳</sup> محسوب می شود. بخشودگی<sup>۴</sup> به شکل های مختلفی تعریف شده است. در یکی از معتبرترین تعاریف بخشودگی به عنوان "تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان فردی قرار دارد" (آلمند، امبرگ<sup>۵</sup>، زیمپریچ<sup>۶</sup> و فینچام<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷، فینچام، هال<sup>۸</sup> و بیچ<sup>۹</sup>، ۲۰۰۶؛ لیچ<sup>۱۱</sup> و لارک<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۴ و ورتینگتون<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۵). این تعریف به تغییراتی اطلاق می شود که می تواند تنها دربرگیرنده کاهش در احساسات منفی و یا دربرگیرنده کاهش احساسات منفی همراه با افزایش احساسات مثبت باشد. در هر دو صورت این تغییر یک تغییر مثبت اجتماعی است که هدفش ایجاد تعاملات اجتماعی مثبت تر است. بخشودگی به معنای لزوم بازگشت به رابطه قبلی با فرد خطا کار نیست بلکه بدین معناست که فرد خطا کار باید به میزانی از تغییر دست یابد تا مورد بخشودگی قرار گیرد. بررسی های به عمل آمده نشانگر آن است که بخشودگی دارای انواع مختلفی است. برخی از آنها باعث سازماندهی، بهبود و توسعه منظومه ای از روابط هستند. برخی نیز مانع رشد سازنده سیستم خانواده و اعضای آن می شود. (باکوس<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۹).

پژوهش ها حاکی از آن هستند که بخشودگی با کیفیت بالای رابطه زناشویی همراه است. ماگیار<sup>۱۵</sup> (۲۰۰۱) دریافت افرادی که همسر خود را بخشیده اند رابطه زناشویی خود را مقدس تر از گذشته ارزیابی می کنند. هتک حرمت می تواند تأثیرات منفی بر روابط و رضایت زناشویی و همچنین بر فرد و خانواده داشته باشد. توانایی بخشش همسر می تواند به عامل پابرجایی رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر گردد.

عامل دیگری که می تواند بر رضایت زناشویی مؤثر باشد کمال گرایی است. کمال گرایی یک سبک شخصیتی چندبعدی است که با شمار زیادی از مشکلات روان شناختی، بین فردی و مسائل مربوط به روابط زناشویی ارتباط دارد. کمال گرایی یک اختلال نیست اما عامل آسیب زایی است که مشکلاتی را برای

۱. Edalati & Redzuan

۲. Kaplan & Maddux

۳. marital satisfaction

۴. forgiveness

۵. Allmand

۶. Amberg

۷. Zimprich

۸. Fincham

۹. Hall

۱۰. Beach

۱۱. Leach

۱۲. Lark

۱۳. Worthington

۱۴. Backus

۱۵. Magyar

بزرگسالان، نوجوانان و کودکان به وجود می آورد. اغلب مردم، کمال گرایی را با موفقیت طلبی یا وظیفه شناسی اشتباه می گیرند. کمال گرایی با این نگرش ها تفاوت دارد. کمال گرایی یک الگوی ناهنجار از رفتارهاست، که می تواند منجر به اختلالات زیادی شود. موفقیت طلبی و وظیفه شناسی دربرگیرنده انتظارات ملموس و مناسب (اهداف بسیار دشوار اما دست یافتنی) است و حس رضایت و شادکامی را موجب می شود. درحالی که کمال گرایی مستلزم سطوح نامناسبی از انتظارات و اهداف ملموس (مثل کمال) و فقدان دائمی خشنودی، صرفنظر از عملکرد است. افراد کمال گرا خود را ملزم به بی نقص بودن می کنند. این انتظار ثابت و مداوم یک منبع استرس محسوب می شود و بر شیوه های ناسازگارانه مقابله تأثیر می گذارد. کمال گرایی چند بعدی است. به عبارت دیگر انواع متفاوتی از رفتار کمال گرایانه وجود دارد که دارای انگیزه واقعی برای کامل بودن هستند. کمال گرایی خود محور، کمال گرایی دیگر محور و کمال گرایی توصیه شده از سوی اجتماع انواع کمال گرایی را شامل می شود. کمال گرایی خود محور عبارت است از نیاز شخص به کامل بودن. این آن چیزی است که معمولاً به هنگام استفاده از اصطلاح کمال گرایی متصور می شود. در کمال گرایی دیگر محور الزام به این است که دیگران (برای مثال همسر، فرزندان، زیردستان و سایر مردم) باید کامل باشند. نهایتاً کمال گرایی توصیه شده از سوی اجتماع، ادراکی است مبنی بر این که دیگران (والدین، رئیس و سایر افراد) توقع دارند که شخص کامل باشد. به غیر از این سه نوع کمال گرایی که به نیاز به کامل بودن توجه دارند، نوع دیگری از کمال گرایی وجود دارد که باید از نگاه دیگران کامل به نظر رسید. هر کدام از انواع کمال گرایی با انواع متفاوتی از مشکلات ارتباط دارد (هویت، ۲۰۰۹).

میلر و ورتینگتون<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) در تحقیقی به بررسی رابطه میان جنسیت، رضایت زناشویی، بخشودگی زناشویی و سلامت روان پرداختند. جامعه شامل ۳۱۱ زوج متأهل بود که کم تر از یک سال از ازدواجشان می گذشت. نتایج نشان داد که مردان بخشودگی زناشویی بیش تر و همدلی بیش تری را نسبت به زنان داشتند. علاوه بر این رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی داری با بخشودگی زناشویی نشان داد و همچنین زنان بخشودگی از جانب همسران خود را بیش تر از مردان ادراک می کردند. در تحقیق دیگر گوردون و همکاران<sup>۳</sup>، (۲۰۰۹) رابطه میان رضایت زناشویی، عملکرد خانواده و بخشودگی را مورد ارزیابی قرار دادند. نمونه دربرگیرنده ی ۸۷ زن و ۷۴ مرد متأهل بود که تجربه خیانت از جانب همسر و فرزندان نوجوان خود را داشتند. نتایج تحلیل ها نشان داد که بخشودگی منفی پایین بارضایت زناشویی پایین برای هر دو زوج همراه بود و صداقت واسطه رضایت زناشویی در هر دو زوج بود. همچنین بخشودگی بالا در هر دو زوج با پیوستگی وظیفه والدینی همراه بود. در نهایت یافته ها نشان داد که بخشودگی خیانت در روابط زناشویی به طور معنی داری با میزان رضایت زناشویی رابطه دارد. همان طوری که بخشودگی بر رضایت زناشویی تأثیر می گذارد کمال گرایی نیز بر رضایت زناشویی تأثیر می گذارد تحقیقاتی نیز در این زمینه انجام شده است.

۱. Hewitt

۲. Miller & Worthington

۳. Gordon, Hughes, Tomcik, Dixon & Litzinger

در تحقیقی دایمیوتوسکی، لوی شیف و اسپاتنر زانانی<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) رابطه میان کمال‌گرایی، رضایت زناشویی و افسردگی را بررسی کردند. جامعه تحقیق ۱۰۰ زن که در سه ماهه آخر بارداری بودند و ۵۰ زن متأهل که در حال حاضر باردار نبودند را در بر می‌گرفت. نتایج نشان داد که زنان باردار افسردگی کم‌تری داشتند، افسردگی بارضایت زناشویی رابطه منفی داشت. هم‌چنین رابطه منفی معنی‌داری میان کمال‌گرایی و رضایت زناشویی در زنان باردار دیده شد.

در تحقیقی دیگر نیز اشبای، ریس، کات چینس<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) به مطالعه ارتباط میان کمال‌گرایی (بهنجار و نابهنجار) و روابط رضایت زناشویی در ۱۹۷ زوج پرداختند. نتایج حاکی از آن بود زمانی که هر دو همسر کمال‌گراهای نابهنجار بودند، احتمال بیشتری داشت که در گروه زوج‌های ناکارآمد دسته‌بندی شوند، زوج‌هایی که هر دو کمال‌گراهای بهنجار بودند، بیشتر در گروه زوج‌های کارآمد دسته‌بندی شدند کمال‌گرایی نابهنجار یکی از زوجین تا اندازه‌ای احتمال ارتباطات باکیفیت‌تر را کاهش داد و این مساله در موردی که یکی از زوجین کمال‌گرا نبود، صدق نمی‌کند و همچنین نتایج نشان داد که همسرانی که کمال‌گرا نبودند در صورت داشتن یک همسر کمال‌گرای بهنجار شانس داشتن یک ارتباط کارآور رضایت‌بخش در آنها افزایش یافت.

با اینکه متغیرهای بسیاری بارضایت زناشویی مرتبط هستند اما مقوله‌هایی نظیر بخشودگی و کمال‌گرایی کمتر در زمینه ارتباط بارضایت زناشویی مورد مطالعه قرار گرفته است. هنگامی که فرد قادر به بخشش باشد، رابطه میان هتک حرمت و کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی ضعیف، تعدیل می‌شود (باکوس، ۲۰۰۹). کمال‌گرایی نیز نقش بسیار حیاتی در میزان رضایت زناشویی زوجین ایفا می‌کند. از طرفی اهمیت مطالعه متغیرهای ذکر شده و بررسی تأثیر آنها در جامعه جانبازان دوچندان می‌شود. با توجه به شرایط ویژه جانبازان و مشکلات جسمانی و روانی این عزیزان و خانواده‌های آنها، مطالعه در زمینه روابط زناشویی و عوامل مؤثر بر آن اهمیت بیشتری می‌یابد. پژوهش حاضر در صدد بررسی رابطه متغیرهای بخشودگی و کمال‌گرایی بارضایت زناشویی در جامعه جانبازان و همسران آنها در شهر اهواز می‌باشد. هدف از انجام این تحقیق پاسخ به این پرسش است که آیا بین میزان بخشودگی، کمال‌گرایی بارضایت زناشویی در همسران جانبازان شهر اهواز رابطه وجود دارد؟

### فرضیه‌های پژوهش

میان بخشودگی بارضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد.

میان کمال‌گرایی بارضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

میان بخشودگی و کمال‌گرایی بارضایت زناشویی رابطه چندگانه وجود دارد.

### روش پژوهش

#### جامعه آماری و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه همسران جانبازان شهر اهواز در سال ۱۳۸۹ بود. نمونه این تحقیق

۱. Dimitovsky and Levy Shiff and Schattner-Zanany

۲. Ashby, Rice & Katchins

مشمول بر ۳۰۰ نفر (زن) از جامعه مذکور بود که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای استفاده شد. بدین طریق که طبق آمار سازمان بنیاد شهید و ایثارگران در ۳ منطقه شهر اهواز جانبازان ساکن می باشند لذا از این مناطق یک منطقه به طور تصادفی انتخاب شد و کلیه افراد ساکن در آن منطقه به عنوان آزمودنی انتخاب شدند.

### ابزارهای پژوهش

#### پرسشنامه سنجش بخشش در خانواده:

این پرسشنامه توسط پلارد<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۹۸) تهیه شده است. این مقیاس، متشکل از ۴۰ ماده بوده و از دو بخش تشکیل شده است. ۲۰ ماده اول آن به روابط خانواده اصلی و ۲۰ ماده دیگر به روابط زناشویی فعلی مربوط است. نمره گذاری مقیاس مذکور بر روی یک مقیاس لیکرتی ۵ درجه ای، از ۱ (هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) صورت می گیرد. ماده های ۳، ۴، ۶، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۳، ۲۴، ۲۶، ۲۷، ۳۲، ۳۰، ۳۳، ۳۵، ۳۶ و ۳۹ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. کسب نمره بالا در این آزمون نشان دهنده میزان بخشش بالا است.

پلارد و همکاران (۱۹۹۸)، در تحقیقی بر روی ۲۲۹ زن و ۱۱۳ مرد، ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۹۳ گزارش کردند. سیف و همکاران (۱۳۸۰) در مطالعه ای بر روی یک نمونه ۷۶۶ نفر از متأهلین شهر تهران، پایایی کل آزمون را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آوردند.

#### اعتبار:

پلارد و همکاران (۱۹۹۸) برای بررسی اعتبار مقیاس بخشش خانواده، با استفاده از یک نمونه ۳۴۲ نفری، این مقیاس را با مقیاس خود مختاری و رتینگتون<sup>۲</sup> و مقیاس اخلاق رابطه ای همبسته<sup>۳</sup> کردند. نتایج تحلیل نشان داد که خرده مقیاسهای این مقیاس از اعتبار همگرایی مطلوبی برخوردار هستند. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که مقیاس بخشش خانواده دارای اعتبار سازه قابل قبولی است. در پژوهش حاضر نیز، ضریب آلفای کرونباخ و تنصیف برای مقیاس مذکور به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۶۰ به دست آمد که در سطح قابل قبولی قرار داشت.

#### مقیاس کمال گرایی اهواز:

مقیاس کمال گرایی یک مقیاس خود گزارشی ۲۷ ماده است که به وسیله نجاریان، عطاری و زرگر (۱۳۷۸) ساخته شده است. هر ماده این مقیاس دارای چهار گزینه هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، اغلب اوقات است. آزمودنی های یکی از گزینه های را انتخاب کرده و علامت می زدند. در این مقیاس به استثنای ماده های ۱۱، ۱۶، ۱۷، ۲۲ که به شیوه معکوس نمره گذاری می شوند و بقیه ماده ها بر اساس مقادیر به ترتیب از «۱» تا «۴» نمره گذاری می شوند. در نهایت جمع حاصل نمرات میزان کمال گرایی فرد را نشان می دهد.

۱. Pollard

۲. Utonomy Scale (WAS) Worthington

۳. Ethics Scale Relational (RES)

**پایایی:**

نجاریان و همکاران (۱۳۷۸) برای سنجش همسانی درونی کمال گرایی از ضرایب آلفای کرونباخ استفاده نمودند. برای نتایج حاصله ضریب آلفا برای کل نمونه برابر ۰/۹۰، برای آزمودنی دختر برابر ۰/۹۰ و آزمودنی پسر ۰/۸۹ می باشد.

در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه مذکور از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شده که به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۷۵ است که بیانگر ضرایب قابل قبول مقیاس یاد شده می باشد.

**اعتبار:**

نجاریان و همکاران برای سنجش اعتبار مقیاس کمال گرایی، مقیاس مذکور را همزمان با مقیاس های الگوی رفتاری تیپ A سمی (TA1) و غیر سمی (TA2)، خرده مقیاس شکایات جسمانی R-SOL90 و مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت<sup>۱</sup> به دانشجویان نمونه پژوهش خود ارائه نمودند. ضرایب همبستگی بین نمره های کل آزمودنی در مقیاس کمال گرایی و مقیاس الگوی رفتاری تیپ سمی (TA1) ۰/۶۷ بوده است، ضریب همبستگی بین مقیاس کمال گرایی با مقیاس شکایات جسمانی ۰/۴۱ و با مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت ۰/۳۹ بود که در سطح  $P=0/05$  معنی دار می باشد.

پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ - این مقیاس در سال (۱۹۸۹) توسط اولسون و همکاران ساخته شده است و شامل ۴۷ ماده خود گزارشی است. هر گزینه شامل یک مقیاس درجه ای است که دامنه آن از ۱ تا ۵ مرتبه شده است. هر چه نمره فرد بیشتر باشد؛ میزان رضایت زناشویی وی بیشتر خواهد بود. السون و همکاران (۱۹۸۹) اعتبار فرم ۴۷ سئوالی را با استفاده از روش ضرایب آلفای کرونباخ را ۰/۹۲ گزارش کردند. سلیمانیان (۱۳۷۴) پرسشنامه رضایت زناشویی را ترجمه و همبستگی درونی آزمون را ۰/۹۵ گزارش کرده است. همچنین ضریب پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آمد. مهدویان (۱۳۸۶) اعتبار آزمون اینریچ با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و با روش باز آزمایی به فاصله یک هفته (برای مردان ۰/۹۳ و برای زنان ۰/۹۴) و برای مردان و زنان (۰/۹۴) به دست آوردند. حیدری ارجلو (۱۳۸۷) برای اعتبار پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی آن را با نمرات استرس همبسته کرد و یک رابطه منفی معنادار ( $r=-0/30$  در سطح  $P<0/001$ ) به دست آورد که نشان دهنده همبستگی مطلوب این پرسشنامه است. در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۷۴ است.

**طرح پژوهش**

این پژوهش از نوع همبستگی می باشد. در این نوع پژوهش، محقق در پی بررسی شدت و جهت رابطه میان متغیرهای تحقیق است.

**یافته های پژوهش**

جهت تجزیه و تحلیل فرضیه های پژوهش از ضریب همبستگی ساده و رگرسیون چند گانه استفاده شده

است که نتایج آن در جداول ۱ تا ۲ ارائه شده است.  
 فرضیه ۱: میان بخشودگی با رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد.  
 فرضیه ۲: میان کمال گرایی با رضایت زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

**جدول ۱. ضریب همبستگی ساده میان کمال گرایی و بخشودگی با رضایت زناشویی**

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضریب همبستگی r	سطح معنی داری p	تعداد نمونه N
رضایت زناشویی	بخشودگی	۰/۵۲۳	۰/۰۰۰	۳۰۰
	کمال گرایی	-۰/۲۷۸	۰/۰۰۰	۳۰۰

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می شود، ضریب همبستگی میان نمرات بخشودگی و رضایت زناشویی ۰/۵۲۳ می باشد که در سطح  $p < ۰/۰۰۰۱$  معنی دار است، لذا فرضیه اول تأیید می شود، یعنی میان بخشودگی و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. ضریب همبستگی میان کمال گرایی و رضایت زناشویی ۰/۲۷۸- به دست آمد که در سطح معنی داری ۰/۰۰۰۱ قرار دارد. لذا میان کمال گرایی و رضایت زناشویی رابطه منفی معنی دار وجود دارد. در نتیجه فرضیه دوم نیز مورد تأیید قرار می گیرد. فرضیه ۳: میان بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی رابطه چند گانه وجود دارد.

**جدول ۲. رگرسیون چندگانه میان بخشودگی و کمال گرایی**

**با رضایت زناشویی با استفاده از روش ورود**

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	نسبت F احتمال P	
				۱	۲
رضایت زناشویی	بخشودگی	۰/۵۲۳	۰/۲۷۴	$\beta = ۰/۵۲۳$ $t = ۱۰/۴۶۱$ $p = ۰/۰۰۰$	
	کمال گرایی	۰/۵۳۸	۰/۲۸۸	$\beta = ۰/۴۸۹$ $t = ۹/۴۶۵$ $p = ۰/۰۰۰$	$\beta = -۰/۱۲۳$ $t = -۲/۳۸۷$ $p = ۰/۰۱۸$

با توجه به جدول ۲، میان بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی رابطه چند گانه وجود دارد. بنابراین فرضیه سوم مورد تأیید قرار می گیرد. همان طور که در جدول ۲ قابل مشاهده است، بخشودگی و کمال گرایی پیش بینی کننده میزان رضایت زناشویی می باشند.

**بحث و نتیجه گیری**

نتایج فرضیه اول نشان داد که رابطه مثبت معنی دار میان بخشودگی و رضایت زناشویی وجود دارد. نتایج

حاصل از این فرضیه با یافته های ماگیار (۲۰۰۱)، فینچام و همکاران (۲۰۰۶)، آلمند و همکاران (۲۰۰۷)، گوردن<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۹)، باکوس (۲۰۰۹) و میلر و ورتینگتون (۲۰۱۰)، همخوانی دارد.

در تبیین این فرضیه می توان گفت افرادی که سطح بخشودگی بالایی دارند در روابط زناشویی از این توان برخوردار هستند که همسر خود را ببخشند و از خطاهای آنان بگذرند و همدلی بیشتری دارند، بهتر می توانند خشم خود را کنترل کنند و هیجان های مثبت بیشتری نسبت به همسر خود ابراز کنند تا سطح بالایی از رضایت زناشویی را تجربه کنند و زوج های کارآمدتری خواهند بود. به همین دلیل این افراد قادر به بخشش همسر خود خواهند بود و اعتقاد به تقدس رابطه زناشویی دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می انجامد.

نتایج فرضیه دوم نشان داد که رابطه منفی معنی دار میان کمال گرایی و رضایت زناشویی وجود دارد. نتایج حاصل این فرضیه با یافته های اشبای، ریس و کات چینس (۲۰۰۸)، دایمیتوسکی، لوی شیف و اسپاتنر-زانانی (۲۰۰۲) و مارتین<sup>۲</sup> و اشبی<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) همسو است.

در تبیین این یافته می توان به این موضوع اشاره کرد که چون افراد کمال گرا انتظار کامل بودن از خود، همسر و اطرافیان شان دارند و این انتظار غیر واقعی تقریباً بر آورده نمی شود لذا دائماً در ارتباط با همسر خود دچار مشکل هستند. کمال گرایی باعث کاهش در اعتماد و صمیمیت بین فردی و رضایت زناشویی آنان می شود. افراد کمال گرای نابهنجار افرادی نکته سنج و ایراد گیر هستند که این رفتارشان باعث کاهش اعتماد به نفس همسر و اذیت و آزار او می شود. الگوی نابهنجار کمال گرایی منجر به مشکلات زناشویی و عدم رضایت از روابط زناشویی می گردد و کمال گرایان میزان بالایی از عاطفه منفی و همچنین باز داری در پیشرفت را تجربه می کنند و در ابراز صمیمت در روابط زناشویی مشکل دارند و در نتیجه رضایت زناشویی پایین تری را تجربه می کنند. نتایج فرضیه سوم تحقیق مبنی بر وجود رابطه چند گانه بین بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی در همسران جانبازان، نشان داد که رابطه چند گانه میان بخشودگی و کمال گرایی با رضایت زناشویی وجود دارد. این نتایج با یافته های لیچ و لارک (۲۰۰۴)، فینچام، هال، بیچ (۲۰۰۶)، آلمند و همکاران (۲۰۰۷)، اشبای و همکاران (۲۰۰۸)، گوردون و همکاران (۲۰۰۹) و میلر و ورتینگتون (۲۰۱۰)، همسو است.

در تبیین این یافته می توان گفت که ترکیبی از کمال گرایی بهنجار و بخشودگی است که به استحکام بیشتر روابط زناشویی می انجامد. در صورت داشتن یک همسر بهنجار شانس داشتن یک ارتباط موفق و رضایت بخش افزایش می یابد و در نتیجه رضایت زناشویی نیز افزایش چشمگیری خواهد یافت. همچنین بخشودگی با کیفیت بالای رابطه زناشویی همراه است. زوج هایی که در مراحل نهایی بخشودگی هستند (مانند فرونشانی خشم، تجربه هیجان های مثبت نسبت به همسر) سطوح بالاتری از کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی را نشان می دهند. افرادی که از بخشودگی بالاتری برخوردار هستند کمال گرای بهنجار بودند. در نتیجه می توان نتیجه گرفت که بخشودگی و کمال گرایی بهنجار نقش مهمی در رضایت زناشویی ایفا می کنند.

۱. Gordon

۲. Marten

۳. Asby

منابع

نجاریان، بهمن، عطاری، یوسف علی وزرگر، یدا،... (۱۳۷۸). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش کمال گرایی. مجله علوم تربیتی و روان شناختی دانشگاه شهید چمران اهواز. سال ششم، شماره های ۳، ۴. سلیمانیان، علی اکبر (۱۳۷۴). بررسی تفکرات غیر منطقی بر اساس رویکرد شناختی بر رضایت زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانی معتمد تهران. سیف، سوسن، بهاری، فرشاد، (۱۳۸۰). رابطه بخشودگی و سلامت روانی همسران، مطالعات روان شناختی، شماره ۱، ص ۹-۱۷.

- Ashby, J. S. , Rice, K. G. , and Kutchins, C. B. (2008). Matches and mismatches: Partners, perfectionism, and premarital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 55(1): 125-132.
- Allemand, M. , Amberg, I. , Zimprich, D. , & Fincham, F. D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(2): 199-217.
- Backus, L. N. (2009). Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy. Master of Arts dissertation, graduate college of Bowling Green State University.
- Dimitrovsky, L. , Levy-Shiff, R. , & Schattner-Zanany, I. (2002). Dimensions of Depression and Perfectionism in Pregnant and Nonpregnant Women: Their Levels and Interrelationships and Their Relationship to Marital Satisfaction. *Journal of Psychology*, 136(6), 631-646.
- Edalati, A. , & Redzuan, M. (2010). Perception of Women towards Family Values and Their Marital Satisfaction. *Journal of American Science*, 6(4): 132-137.
- Fincham, F. D. , Hall, J. , and Beach, S. R. (2006). Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions. *Family Relations Journal*, 55: 415-427.
- Gordon, K. C. , Hughes, F. M. , Tomcik, N. D. , Dixon, L. J. , and Litzinger, S. C. (2009). Widening spheres of impact: the role of forgiveness in marital and family functioning. *Journal of Family Psychology*, 23(1):1-13.
- This article is not included in your organization's subscription. However, you may be able to access this article under your organization's agreement with Elsevier.
- Hewitt, P. (2009). Perfectionism. Canadian Psychological Association by, university of British Columbia.
- Kaplan, M. , & Maddux, J. E. (2002). Goals and marital satisfaction: Perceived support for personal goals and collective efficacy for collective goals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21, 157-164.
- Leach, M. M. , & Lark, R. (2004). Does spirituality add to personality in the study of trait forgiveness? *Personality and Individual Differences*, 37 (1): 147-156.
- Miller, A. J. , and Worthington, E. L. (2010). Sex differences in forgiveness and mental health in recently married couples. *The Journal of Positive Psychology*, 5, (1):12 – 23.
- Magyar, G. M. (2001). Violating the sacred: An initial study of desecration in romantic rela-

relationship among college students and its implications for mental and physical health. Master dissertation, Bowling Green State University.

Pollord, M. Anderson, R. Anderson, W. , And Jennigs, G. (1998). The Development of family forgiveness scale. Journal of family therapy. 20,95-109.

تاریخ وصول: ۸۹/۲/۳۰

تاریخ پذیرش: ۸۹/۴/۱

Archive of SID